

PAULO HENRIQUE FOPPA DE ALMEIDA

**VALIDADE DO TESTE DE AVALIAÇÃO FÍSICA (TAF)
PARA A CONCEITUAÇÃO DOS MILITARES**

**Monografia apresentada à Disciplina Seminário
de Monografia como requisito parcial para
conclusão do curso de Licenciatura em
Educação Física, Departamento de Educação
Física, Setor de Ciências Biológicas,
Universidade Federal do Paraná.**

Orientador: Prof. Ricardo João Sonoda Nunes

CURITIBA

2003

À minha querida mãe, exemplo de mulher e educadora
Ao meu sonho de um mundo mais justo
Dedico

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço a minha família: mãe Idila Lúcia e irmão Luís Fernando, que sempre foram atenciosos quando solicitados.

A minha querida namorada Franciele, que me aconselha, incentiva e escuta.

Meu especial agradecimento aos professores: Wagner de Campos, pela constante atenção e interesse, e Ricardo Nunes, por acolher prontamente ao pedido de orientação desta monografia, assim como, motivar o desenvolvimento da mesma.

Aos oficiais e praças da 5^a Companhia de Comunicações Blindada, que me acolheram como um irmão neste ano de 2003, sempre apoiando e discutindo o conteúdo deste trabalho.

Posso não concordar com uma palavra do que dizes,
mas defenderei até a morte teu direito de dizê-las.

Voltaire

RESUMO

Este trabalho procura investigar a validade do Teste de Avaliação Física (TAF) para a conceituação dos militares do Exército Brasileiro, visto que a menção final obtida neste teste participa da quantificação do mérito do militar. Portanto, o TAF deve ser um procedimento justo, pois o mesmo influencia em diversos aspectos a carreira do militar. Porém, o teste que vem sendo aplicado neste ano de 2003 segue ainda o protocolo desenvolvido pelo projeto TAF-84, e deve ser adaptado à nova realidade dos militares brasileiros. Nesta monografia, o teste foi aplicado em 61 recrutas da 5ª Cia Com Bld, em Curitiba. Após a apuração dos dados, através de comparação entre percentuais, verificou-se que há uma grande disparidade na dificuldade apresentada pelos cinco exercícios aplicados no teste. Dos exercícios que exigem suficiência mínima no Padrão Básico de Desempenho, enquanto o Meio-Sugado é extremamente fácil, a Barra classificou 38% dos testados como Insuficientes. Dos exercícios que atribuem conceito, o que apresenta maior dificuldade é a Corrida de 12 minutos, tornando a Flexão de Braço e o Abdominal, na maioria das vezes irrelevante, visto que apenas o menor conceito obtido é levado em consideração. Desta forma não são utilizadas as melhores qualidades do militar. Assim, cada exercício deveria atribuir uma determinada pontuação, de forma a todos os exercícios participarem da contabilização do conceito final, conforme os níveis de aptidão física apresentados pelo militar.

Palavras-chave: Exército Brasileiro, Treinamento Físico Militar, Teste de Avaliação Física.

SUMÁRIO

LISTA DE ILUSTRAÇÕES.....	vii
LISTA DE SIGLAS.....	viii
1. INTRODUÇÃO.....	1
1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA.....	1
1.2 JUSTIFICATIVA.....	3
1.3 OBJETIVOS.....	4
2. REVISÃO DE LITERATURA.....	5
2.1 O EXÉRCITO BRASILEIRO E A EDUCAÇÃO FÍSICA.....	5
2.2 O TREINAMENTO FÍSICO MILITAR (TFM).....	8
2.3 O TESTE DE AVALIAÇÃO FÍSICA MILITAR (TAF).....	11
3. METODOLOGIA.....	14
3.1 POPULAÇÃO E AMOSTRA.....	14
3.2 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS.....	14
3.3 ANÁLISE DOS DADOS.....	17
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	19
5. CONCLUSÃO.....	26
REFERÊNCIAS.....	29
ANEXO.....	30

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

GRÁFICO 1 – COMPARAÇÃO ENTRE AS CLASSIFICAÇÕES DE DESEMPENHO DO TAF COM AS CATEGORIAS DE CONDICIONAMENTOS PROPOSTAS POR COOPER.....	21
GRÁFICO 2 – COMPARAÇÃO ENTRE PERCENTUAIS DE MILITARES EM CADA EXERCÍCIO CONCEITUADOR.....	23
GRÁFICO 3 – PERCENTUAL DE MILITARES QUE ATINGIRAM CADA PADRÃO DE DESEMPENHO.....	24
TABELA 1 – RESULTADOS OBTIDOS NO MEIO-SUGADO.....	19
TABELA 2 – RESULTADOS OBTIDOS NA BARRA FIXA.....	19
TABELA 3 – RESULTADOS OBTIDOS NA CORRIDA DE 12 MINUTOS..	20
TABELA 4 – RESULTADOS OBTIDOS NA FLEXÃO DE BRAÇO.....	21
TABELA 5 – RESULTADOS OBTIDOS NO ABDOMINAL REMADOR.....	22
TABELA 6 – PERCENTUAIS DE MILITARES DISTRIBUÍDOS PELAS MENÇÕES FINAIS E PADRÕES DE DESEMPENHO ALCANÇADOS.....	22

LISTA DE SIGLAS

BI	– Boletim Interno
CMEF	– Centro Militar de Educação Física
EB	– Exército Brasileiro
ENEFD	– Escola Nacional de Educação Física e Desportos
EP	– Efetivo Profissional
EsEFEx	– Escola de Educação Física do Exército
EV	– Efetivo Variável
IPCFEx	– Instituto de Pesquisa da Capacitação Física do Exército
OII	– Objetivo Individual de Instrução
OM	– Organização Militar
OTFM	– Oficial de Treinamento Físico Militar
PAD	– Padrão Avançado de Desempenho
PBD	– Padrão Básico de Desempenho
PED	– Padrão Especial de Desempenho
PPM	– Pista de Pentatlo Militar
PTC	– Pista de Treinamento em Circuito
SIMEB	– Sistema de Instrução Militar do Exército Brasileiro
TAF	– Teste de Avaliação Física
TFM	– Treinamento Físico Militar

1. INTRODUÇÃO

1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA

O Exército Brasileiro (EB), embora atualmente não esteja envolvido em um contexto de guerra, prepara-se para esta situação. Uma das capacidades desejadas em um militar é o alto grau de aptidão física. O'CONNOR, citado pelo INSTITUTO DE PESQUISA DA CAPACITAÇÃO FÍSICA DO EXÉRCITO (2001, p.2) refere-se a importância deste preparo físico, afirmando que:

A melhoria da aptidão física contribui para o aumento significativo da prontidão dos militares para o combate. Os indivíduos aptos fisicamente são mais resistentes a doenças e se recuperam mais rapidamente de lesões do que pessoas não aptas fisicamente. Além disso, e talvez mais importante, indivíduos muito aptos fisicamente têm maiores níveis de autoconfiança e motivação. Os militares bem preparados fisicamente têm mais condições de suportar o estresse debilitante do combate.

Pode-se observar, assistindo a filmes que abordam a realidade da guerra, ou mesmo lendo livros que retratam a história de combates entre tropas, a grande importância do bom preparo físico de um militar. Esta necessidade se dá ao fato do soldado necessitar percorrer grandes distâncias a pé, atravessar terrenos de difícil movimentação, avançar ou recuar rapidamente frente ao inimigo, combater corpo a corpo, carregar equipamentos, lançar granadas, nadar grandes distâncias e mergulhar, entre outras atividades militares. "A eficiência do desempenho profissional depende, consideravelmente, da condição física do militar. O sucesso no combate, a atitude tomada diante dos imprevistos e a segurança da sua própria vida dependem, muitas vezes, das qualidades físicas e morais adquiridas através do treinamento físico regular, convenientemente orientado". (BRASIL, 1990)

Segundo SAMPAIO (1942, p.27) "A Segunda Grande Guerra Mundial, veio mostrar a importância decisiva da educação e do preparo físico do soldado. A máquina, para ser manejada e conduzida à ação pronta e eficaz na guerra, depende do soldado, dos

conhecimentos técnicos que este tiver adquirido, do preparo físico indispensável, único meio que o predispõe a não fraquejar nem perder o ânimo”.

“Todo militar considerado apto para o serviço ativo está obrigado ao treinamento físico militar”. (BRASIL, 2002, p.1-1)

Para avaliar o desempenho físico dos militares, o Exército Brasileiro dispõe do TAF (Teste de Avaliação Física), que é realizado 3 vezes ao ano e possui as seguintes finalidades: 1) constatar se o Padrão de Desempenho Físico foi atingido ao fim do Treinamento Físico de Desenvolvimento de Padrões¹ (apreciação de suficiência); 2) constatar, periodicamente, se o Padrão de Desempenho Físico vem sendo mantido através do Treinamento Físico de Manutenção de Padrões; 3) permitir a conceituação (atribuição de menção) do desempenho físico individual para os fins que a autoridade militar houver por bem estipular como uso administrativo do desempenho físico. (BRASIL, 1986, p.09)

No Exército Brasileiro todas as atividades realizadas estão previstas em Instruções e Regulamentos, isto é, estão escritas e delimitadas, como se fossem uma “receita de bolo” que necessitam ser cumpridas num determinado padrão. Com o Treinamento Físico Militar (TFM) não é diferente. Todos os movimentos de aquecimento, ginástica, lutas, entre outros, estão regulamentados e devem ser seguidos rigorosamente.

O TFM é direcionado para o bom desempenho no TAF, sendo este, o regulador da qualidade da preparação física no meio militar, isto é, todo o treinamento é voltado para a obtenção dos padrões mínimos de desempenho do teste. Mas como este teste também é padronizado, e não sofreu alterações desde 1986, necessita de uma análise, para verificar se o mesmo é adequado para classificar o nível de aptidão física dos militares. Esta dúvida acaba por configurar o problema da presente pesquisa.

¹ Descritos no item 2.3 (Teste de Avaliação Física) desta monografia, p. 11.

1.2 JUSTIFICATIVA

A importância deste trabalho se dá pelo fato de que o TAF é o mesmo há quase 20 anos e, à luz da ciência atual, modificações poderão ser realizadas a fim de ajustar possíveis erros apresentados por este teste.

A Avaliação do Treinamento Físico Militar já era realizada por meio de outros testes desenvolvidos anteriormente a 1986. Com o Projeto TAF-84 o Exército Brasileiro desenvolveu um novo teste padrão para medir a aptidão física dos seus militares. A partir de resultados físicos obtidos através da aplicação do novo teste em amostragens, foi elaborada a Tabela de Conceituação do Desempenho Físico Individual e estabelecidos os padrões de desempenho físico mínimos a serem alcançados por todos os militares. Esta é uma das condições de permanência no serviço ativo do Exército, e aquela tabela de conceituação perdura até hoje.

Os próprios recrutas, prestadores do serviço militar inicial, quando da realização do 1º TAF², já relatam ao Oficial de Treinamento Físico Militar (OTFM), autor desta monografia, sobre a disparidade na forma de conceituação entre os exercícios do teste, ou seja, comentam que alguns exercícios são muito fáceis, enquanto outros são muito difíceis para se alcançar um bom conceito.

Assim, é possível que algo esteja errado na conceituação dos testes, visto que mesmo militares inexperientes conseguem verificar estes desníveis de dificuldades apresentados pelos exercícios do TAF.

No decorrer do presente estudo, foi verificado que o próprio Instituto de Pesquisa da Capacitação Física do Exército (IPCFEx, 2001) constatou que “muitos anos já se passaram e o EB, que busca constantemente o aperfeiçoamento do sistema de avaliação do TFM, necessita atualizar seus conhecimentos a cerca da aptidão física atual dos seus integrantes”, e para isto está desenvolvendo o Projeto TAF-2001, onde “estão sendo

² No decorrer do ano de instrução são realizados três TAF, respectivamente em maio, agosto e novembro.

realizadas pesquisas para atualização e adequação dos índices do TAF, visando atender às conveniências e às necessidades da tropa para sua operacionalidade”.

Porém em meados do ano de 2003, o TAF utilizado para a conceituação dos militares continua sendo o antigo, provavelmente pela força do tradicionalismo dentro do Exército Brasileiro.

Além de proporcionar pontos para a promoção³ e aumentar a possibilidade de realização de cursos para os militares de carreira, ou ainda, para os militares temporários obterem o engajamento (prorrogação temporária do serviço militar) e o reengajamento (renovação do contrato temporário) é necessário que estes apresentem no mínimo o conceito⁴ B (bom) no TAF, sendo, desta forma, de grande importância uma avaliação mais precisa dos níveis de aptidão física nos testes mencionados.

1.3 OBJETIVOS

Os objetivos deste estudo são:

- a) Verificar se cada teste do TAF possui classificações de desempenho em menções adequadas, isto é, se para obter uma determinada menção é coerente o nível de aptidão física exigido do militar.
- b) Verificar se há um padrão de dificuldade para os diferentes testes do TAF, isto é, se de forma geral, comparando os testes entre si, não há grandes divergências entre os graus de dificuldade para se alcançar uma determinada menção.
- c) Avaliar a estrutura de conceituação utilizada no TAF.

³ Ato de promover o militar a uma categoria superior, denominada Graduação para os praças e Posto para os oficiais.

⁴ Os conceitos ou menções que são atribuídos pelo TAF são: I (insuficiente), R (regular), B (bom), MB (muito bom) e E (excelente).

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 O EXÉRCITO BRASILEIRO E A EDUCAÇÃO FÍSICA

Como já citado na introdução deste estudo, a aptidão física é uma das qualidades mais esperadas de um militar no Exército Brasileiro. Esta virtude está intimamente ligada aos militares, tanto que a própria Educação Física no Brasil inicialmente era dirigida por estes. MELO (*apud* SOEIRO, 2003, p.28) refere-se ao envolvimento dos militares na Educação Física, afirmando que:

Os militares se destacaram como responsáveis pela execução das aulas de educação física durante o Século XIX. As Escolas Militares sempre demonstraram preocupação com o preparo físico de seus alunos, o que era visto não só como meio de manutenção da boa forma do combatente, mas também como maneira útil para disciplinarização da tropa. Assim além de ministrar as atividades físicas nas Escolas Militares esses profissionais atuavam também no meio civil.

Deve-se contudo lembrar que juntamente aos militares (principais responsáveis pela prática) os médicos influenciaram a realização de exercícios físicos através da teoria.

FACÓ (*apud* SOEIRO, 2003, p.40) refere-se à utilidade do treinamento físico no Exército, afirmando que:

A valorização da prática sistematizada de exercícios físicos por militares, numa perspectiva atual, pressupõe sua utilidade na manutenção da boa forma do combatente e pela crença que constituía instrumento de aperfeiçoamento disciplinar da tropa. Os exercícios em ordem unida¹ são muito úteis, pois produzem disciplina, coesão, e absoluta obediência às ordens do chefe. Estes exercícios permitem que a tropa execute movimentos com ordem e rapidez de acordo com o desejo do seu comandante a despeito dos perigos, dificuldades e privações.

No século XIX, os “professores” que realizavam atividades físicas com seus alunos, não passavam por um processo de formação sistematizado, realizando atividades resultantes das próprias experiências anteriores, que geralmente, eram práticas de

¹ São conjuntos de movimentos realizados pela tropa armada ou desarmada, de forma sincronizada e com marcialidade.

treinamento físico militar. Segundo MEDINA (1987), esta concepção da Educação Física “Convencional” faz uma visão mecânica, simplista e vulgar do ser humano, podendo ser considerada como uma “educação do físico”. Ela é conhecida por não respeitar muito as diferenças individuais, já que a mesma atividade deve ser praticada da mesma forma por todos. E segundo o mesmo autor, os professores nesta situação, são objetos e não sujeitos de sua própria história. Embora esta monografia não tem por objetivo avaliar os prós e contras da Educação Física Militar, é interessante lembrar que as atividades físicas no Exército ilustram exatamente o que vem a ser a Educação Física Tradicionalista, onde o ensino é realizado basicamente por Comandos².

Os fatos que originaram a Educação Física no Brasil levam a considerar os militares como principais responsáveis deste surgimento e merecedores deste mérito. “Em 1919, um grupo de idealistas na Escola Militar³, além de fundar a ‘União Atlética da Escola Militar’, se propôs a focalizar a sistematização da Educação Física nos meios militar e civil. Era um pequeno núcleo de oficiais e cadetes, cujos esforços haveriam de criar e consolidar a Escola de Educação Física do Exército – EsEFEx”. (SOEIRO, 2003, p.41)

Inicialmente foi fundado em 1922 o Centro Militar de Educação Física (CMEF), na Escola de Sargentos de Infantaria. “Ao final de 1930, o país como um todo possuía formados 170 profissionais de Educação Física, além de mais alguns formados em outros países. Desses, 150 eram militares, sendo 130 formados pelo Exército e 20 pela Marinha. Os outros 20 eram civis, mas também formados pelos militares”. (MELO, *apud* SOEIRO, 2003, p.47)

² Este estilo de ensino tem por características a voz de comando, a tomada de posição e a execução uniforme dos movimentos, onde tudo está previsto. O professor não se preocupa com as dificuldades dos seus alunos, é arbitrário e despótico (escravo da própria matéria que ensina). Já o aluno é o elemento passivo, que somente executa. Este método é muito eficiente no desenvolvimento das capacidades físicas, mas torna o aluno um ser dependente, sendo assim, um método ultrapassado do ponto de vista pedagógico.

³ Escola Militar do Realengo (RJ). Dentro da evolução das escolas de formação dos oficiais do Exército, esta antecedeu a Escola Militar de Resende (RJ), que, por sua vez, originou a AMAN (Academia Militar das Agulhas Negras) em 1944.

Em 1931, na Escola Militar do Realengo, a Educação Física foi determinada como “Base” da formação do oficial brasileiro. A cultura geral científica seria o “Meio” e uma rigorosa preparação profissional o “Fim” desta formação. (TUBINO, *apud* SOEIRO, 2003, p.39)

Em 1933 o Governo Vargas transforma o Centro Militar de Educação Física em Escola de Educação Física do Exército (EsEFEx). “Por esse ato, estava criada a ‘*célula mater*’ da formação de profissionais para a área no país” (FERREIRA NETO, *apud* SOEIRO, 2003, p.48). BERCITO (*apud* SOEIRO, 2003, p.54) refere-se à íntima relação existente entre o Exército e a Educação Física, afirmando que:

A aproximação entre a Educação Física e as instituições militares não é inédita nem específica do caso brasileiro, tendo marcado em diversos momentos o desenvolvimento dessa prática a nível mundial. No caso brasileiro estabeleceu-se uma íntima relação entre a Educação Física e o Exército através da EsEFEx. Essa escola, que teve sua criação consolidada em 1933, foi grande responsável pela difusão da Educação Física nas duas décadas que sucederam à sua fundação. Esta foi constituída para atender às necessidades de melhor formação profissional dos efetivos do Exército, que passava por um importante momento de reorganização. Buscando garantir a profissionalização e maior eficiência de seus quadros, pretendia-se incrementar a prática da Educação Física que, acreditava-se, seria um recurso fundamental para a regeneração física e também moral das tropas: elevando o seu nível físico e reforçando internamente o espírito de hierarquia, disciplina e obediência.

Os objetivos propostos com a criação da EsEFEx foram: a) formar instrutores⁴ e monitores de educação física, mestres de armas e monitores de esgrima; b) proporcionar, aos médicos, especialização em educação física; c) formar massagistas desportivos; d) fornecer aos oficiais, em geral, os conhecimentos indispensáveis à direção da educação física e da esgrima; e) formar, eventualmente, para fins não militares, instrutores e monitores de educação física, recrutados no meio civil; f) incrementar a prática da educação física e dos desportos; g) estudar as adaptações a serem introduzidas no método, submetendo-as à apreciação do Estado Maior do Exército; h) manter correspondência com os institutos congêneres nacionais e estrangeiros. (REVISTA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, 1933, p. 2)

⁴ Atualmente a EsEFEx disponibiliza o curso superior de Educação Física aos oficiais de carreira do Exército Brasileiro. Este curso tem duração de 1 ano e é reconhecido pelo MEC.

Em 1939, foi fundada a Escola Nacional de Educação Física e Desportos⁵ (ENEFD) pelo Ministério da Educação. MELO (*apud* SOEIRO, 2003, p.64) refere-se aos primeiros passos desta escola, afirmando que:

Não só dirigindo a Escola desde a fundação até 1948, mas também cedendo grande parte do corpo docente, além de determinar sua estrutura inicial, a ENEFD deu seus primeiros passos sob os auspícios e égide dos militares. Dessa forma, era marcante a estrutura militar da Escola nesses primeiros momentos. A rotina diária começava com as formaturas matinais onde, invariavelmente, observavam-se aspectos de ordem unida e comandos no modelo dos quartéis, o hasteamento da bandeira e o cantar do Hino Nacional. Logo após, era lida a ordem do dia, por parte da direção da Escola, e a palavra do dia, sempre a cargo de um professor, procedimentos também flagrantemente de rotina na ordem militar. A formatura não era obrigatória somente para alunos, como também para professores e funcionários.

Atualmente o Exército é um grande revelador de talentos esportivos. As Brigadas Militares⁶ organizam diversas competições desportivas entre as Organizações Militares subordinadas, de forma a proporcionar o interesse e prática do treinamento desportivo dentro dos quartéis. Como exemplo pode-se citar a 5ª Companhia de Comunicações Blindada⁷. Esta Unidade participa anualmente da “Olimblind” (Olimpíada das Unidades da 5ª Brigada de Infantaria Blindada), da “Corrida do Facho” (Corrida tradicional no centro de Curitiba), entre outras competições desportivas eventuais.

2.2 O TREINAMENTO FÍSICO MILITAR (TFM)

Segundo a última edição do C 20-20 (Manual de Treinamento Físico Militar) o foco do treinamento físico no Exército consiste em: (a) O enfoque do treinamento na operacionalidade da tropa visa atender fundamentalmente ao interesse da Força e ao cumprimento da sua missão institucional. (b) O enfoque do treinamento físico sobre a

⁵ A ENEFD foi a primeira escola de Educação Física de nível superior ligada a uma universidade (Universidade do Brasil), tendo sido criada para ser a Escola-Padrão na formação em Educação Física no Brasil, influenciando praticamente todos os estados da União. Com a reforma universitária de 1968 deixa de ser a Escola-Padrão, passando a ser a Escola de Educação Física e Desportos da Universidade Federal do Rio de Janeiro (EEFD/UFRJ).

⁶ Uma Brigada é um conjunto de Organizações Militares que se complementam, isto é, formam uma unidade funcional do Exército Brasileiro.

⁷ Unidade que serviu de laboratório para a realização desta monografia.

saúde atende de melhor forma aos interesses do militar e é relacionado com o seu bem estar, tendo objetivos e benefícios mais duradouros no tempo e proporcionando uma melhor qualidade de vida. (c) É evidente que o enfoque operacional é mais presente nas funções afetas ao cumprimento de missões de combate, enquanto o enfoque da saúde é condição essencial para o desempenho de qualquer função, inclusive aquelas de cunho administrativo. (d) É fundamental entender-se o treinamento físico militar como um instrumento promotor da saúde antes de um instrumento de adestramento militar. Sendo assim, cabe ressaltar que a individualidade biológica deve ser respeitada e priorizada, mesmo que em detrimento da padronização de movimentos.

Conforme o Manual citado, o Comandante de uma Organização Militar (OM) deve nomear um oficial com curso da EsEFEx ou com formação superior em Educação Física para desempenhar as funções de Oficial de Treinamento Físico Militar (OTFM) da OM. Caso não exista na OM um oficial com estas características, deverá nomear, em caráter excepcional, um oficial não especializado e solicitar ao escalão superior a designação de um oficial supervisor que possua essa especialização. O OTFM deve garantir que seja respeitada a individualidade biológica dos militares durante a prática do TFM, mesmo que em detrimento da padronização dos movimentos. É evidente que embora o novo C 20-20 traga novas concepções para a realização do TFM, o forte tradicionalismo dentro do Exército impede que as mesmas sejam seguidas⁸, e na prática diária nos aquartelamentos, a padronização e a extrema organização são consideradas prioridades no TFM.

Cada militar é responsável pela manutenção da própria aptidão física, correspondente a sua função e faixa etária. Deve praticar o TFM planejado nas OM, obedecendo os dias e os horários previstos para as sessões e o TAF. (BRASIL, 2002)

⁸ Como exemplo pode-se citar o novo procedimento com relação à realização do TAF para os militares que se encontram em dispensa médica: No novo C 20-20 é previsto que os militares portadores de incapacidade física temporária não sejam submetidos a qualquer tipo de teste físico. Mas esta idéia não foi absorvida pelos Comandantes, que ainda exigem que seja aplicado àqueles militares o TAF Alternativo (que é previsto apenas para militares portadores de incapacidade física definitiva).

Os mesmos princípios científicos que fundamentam o moderno treinamento desportivo são os que orientam a prática e o controle do TFM: individualidade biológica, adaptação, sobrecarga, interdependência volume-intensidade, especificidade (os exercícios previstos no TFM visam trabalhar as qualidades físicas necessárias para as atividades militares da Força Terrestre) e variabilidade. (*Ibid*)

A duração de uma sessão de TFM é de dois tempos de instrução ou 90 minutos. A frequência ideal do TFM é de cinco sessões semanais, previstas em horário de instrução. A frequência mínima do TFM deve ser de três sessões semanais, pois esta é a quantidade mínima necessária para a prevenção de doenças crônicas degenerativas e para o desenvolvimento e manutenção da aptidão física. (*Ibid*)

Diversas atividades são realizadas no TFM: Aquecimento (movimentos “calistênicos”⁹ estando a tropa em forma, onde a mesma rotina é realizada diariamente antes da atividade principal), Ginástica Básica (realização de exercícios ginásticos, semelhante ao Aquecimento), Pista de Treinamento em Circuito - PTC (realização de diversos exercícios em sequência, alguns com sobrecarga), Corrida (realizada com a tropa em forma ou individualmente), Pista de Pentatlo Militar – PPM (pista onde o militar deve realizar um percurso ultrapassando diversos obstáculos), Ginástica com Toros (exercícios realizados em pequenos grupos com a sobrecarga de um tronco de madeira), Lutas (treinamento de movimentos de artes marciais), Desportos (realização de diversas modalidades esportivas como Futebol, Voleibol, Basquetebol e Handebol), entre outras.

As atividades físicas seguem um planejamento semanal proposto pelo Oficial de Treinamento Físico Militar, onde um militar graduado (no mínimo o Terceiro- Sargento) é escalado diariamente para ser o instrutor do TFM.

⁹ O Treinamento Físico Militar recebeu diversas influências, principalmente dos métodos: Francês, Sueco e Calistênico. Este era uma série de exercícios livres praticados ritmicamente, cujo nome é frequentemente utilizado para designar exercícios em conjunto, onde todos realizam os mesmos movimentos na mesma velocidade.

2.3 O TESTE DE AVALIAÇÃO FÍSICA MILITAR (TAF)

A avaliação do desempenho físico no EB ocorre por meio de um teste de avaliação física, o TAF, que busca controlar o desempenho do Treinamento Físico Militar. Como qualquer outra atividade de instrução, o TFM é programado e executado buscando um desempenho individual, previamente traduzido em objetivos individuais de instrução (OII). Estes seguem a metodologia preconizada pelo Sistema de Instrução Militar do Exército Brasileiro – SIMEB e serão descritos adiante. (BRASIL, 2002)

A avaliação do desempenho físico leva em consideração dois fatores: o padrão de desempenho físico e a faixa etária do militar. “O Padrão de Desempenho Físico compreende os níveis desejados de aptidão física e buscam atender às conveniências da Força Terrestre, levando em consideração a situação funcional do militar. Assim, o militar deve atingir e manter um padrão de desempenho físico compatível com a OM em que estiver servindo” (*Ibid*). A aptidão física do militar compreende três níveis de desempenho físico: Padrão Básico de Desempenho Físico (PBD), Padrão Avançado de Desempenho Físico (PAD) e Padrão Especial de Desempenho Físico (PED). “Os PED a serem obtidos pelas OM especiais e de pronto emprego do EB não foram estabelecidos até o presente momento”. Podem ser consideradas OM especiais aquelas localizadas em região de selva ou montanha, por possuírem missão, terreno de operações e meios diferentes das demais. (IPCFEx, 2001)

A Faixa etária do militar é observada para a avaliação do desempenho físico, apresentando padrões mínimos progressivamente decrescentes, levando em conta que com o aumento da idade há uma perda progressiva da condição orgânica, refletindo numa perda de performance. Leva-se em consideração que “os militares de idade mais avançada, normalmente, são aqueles que têm postos e graduações mais elevados, e que ocupam cargos que não exigem a mesma performance de postos e graduações inferiores”. (BRASIL, 2002)

O TAF é o conjunto de testes (exercícios) que avaliam o desempenho físico individual do militar, sendo regulado por portaria específica, a qual é denominada: “Diretriz para o treinamento físico militar e sua avaliação”. Todos os militares devem realizar três TAF anualmente. (*Ibid*)

A comissão de aplicação do TAF deve ser nomeada em BI (Boletim Interno) da OM e será responsável pela correta execução do TAF. Esta comissão será composta por, no mínimo, três militares. Devem fazer parte desta equipe: o Oficial Chefe da 3ª Seção¹⁰ e o OTFM.

BRASIL (2002, p.10-2) refere-se aos procedimentos de medida que devem ser observados quando da aplicação do TAF, determinando que:

A aplicação do TAF deve observar os mais rigorosos princípios da ética, seguindo fielmente as condições de execução previstas para cada OII, permitindo, assim, condições iguais para todos os militares, tendo em vista que o resultado do TAF é usado pelo Comando do Exército em processos de seleção de militares, pontuando para a quantificação do mérito. Além disso, é fundamental que esses resultados sejam confiáveis para que possam ser usados como dados para pesquisas.

Cada OII (tarefa, condições de execução e padrão mínimo) corresponde a um teste físico. Os OII relacionados com o TFM são regulados por portaria específica, tendo em vista seu caráter transitório, devido à evolução da aptidão física e das necessidades da Força Terrestre. (*Ibid*)

Atualmente os OII abordados no TAF são: 001) Meio Sugado, 002) Barra, 003) Braço (Flexão), 004) Abdominal e 005) Corrida, sendo que todos devem ser realizados em dois dias consecutivos. Os OII 001 e 002 (Meio Sugado e Barra) visam apenas a apreciação de suficiência, enquanto os OII 003, 004 e 005 (Braço, Abdominal e Corrida) são previstos para a conceituação. Esta é realizada confrontando os resultados obtidos com as tabelas elaboradas através das pesquisas estatísticas realizadas no projeto TAF-84.

¹⁰ A 3ª Seção (S/3) é responsável pela Instrução (formação e aperfeiçoamento) das diversas Qualificações Militares da OM.

Caso o militar seja “suficiente” em todos os testes, sua menção (R, B, MB e E) será a menor obtida nos três testes indicados para a conceituação. (BRASIL, 1997)

O teste de “Meio-Sugado” na literatura é encontrado como um teste para medir a coordenação (Teste Burpee), com protocolo de JOHNSON e NELSON de 1979. O teste da Barra tem por objetivo medir a força de membros superiores e cintura escapular, e é encontrado na literatura como Teste de Flexão e Extensão dos Membros Superiores na Barra, seguindo o protocolo de AAHPER de 1976. O Teste da Corrida de 12 minutos foi proposto por COOPER em 1982 (Teste de Andar e Correr em 12 minutos) e visa avaliar o nível de capacidade aeróbia (MARINS e GIANNICHI, 1996, p.123). No TAF que era realizado anteriormente a 1986, a prova da corrida tinha um valor maior do que as outras, pois a mesma, além de testar os membros inferiores, tinha como objetivo principal verificar as condições orgânicas (cárdio-respiratória) do militar. (BRASIL, 1981, p.2-8). Além de ser um método simples e econômico, a Corrida de 12 minutos é frequentemente usada para a classificação da Potência Aeróbia Máxima. (BRASIL, 1997)

“A suficiência do desempenho físico do militar é uma responsabilidade de comando; a conceituação é um problema do militar” (BRASIL, 1997, p.9). Desta forma, os militares que não alcançam o Padrão Básico de Desempenho costumam ser escalados para um treinamento físico de recuperação, geralmente realizado em horários fora daquele de expediente.

3. METODOLOGIA

3.1 POPULAÇÃO E AMOSTRA

Para este estudo foram utilizados os dados do 1º TAF de 2003, aplicados aos recrutas recém incorporados neste ano na 5ª Companhia de Comunicações Blindada, do Exército Brasileiro, em Curitiba, Paraná. Por serem recrutas, todos completam 19 anos de idade no decorrer deste ano.

Embora tenham sido incorporados 70 recrutas neste ano de 2003, apenas 61 realizaram o 1º TAF, pois os 9 restantes encontravam-se em dispensa médica.

Os testes foram realizados no próprio aquartelamento da 5ª Cia Com Bld no período de 6 a 8 de maio, e foram aplicados pelo OTFM (Oficial de Treinamento Físico Militar), autor da presente monografia.

Os recrutas em geral apresentam grande heterogeneidade quanto a experiências e práticas anteriores de atividades físicas. Eles provêm de diversas classes sociais e variadas cidades do Paraná, sendo esta a primeira vez que realizaram o TAF. Estes fatores são importantes pelo fato destes indivíduos não terem treinado especificamente para os testes do TAF, como acontece com os militares do efetivo profissional (EP).

3.2 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS

O TAF padrão compreende 6 exercícios. Porém neste estudo o teste foi composto por 5 exercícios: Barra, Meio-Sugado, Corrida, Flexão de Braço e Abdominal. É desta forma que o TAF é realizado na 5ª Cia Com Bld (e em muitos outros aquartelamentos) devido a mesma não possuir a Pista de Pentatlo Militar (PPM), para a realização do exercício correspondente.

Cada militar testado realizou os 5 exercícios no prazo de 2 dias, conforme é previsto na “Diretriz para o Treinamento Físico Militar e sua Avaliação”.

Os exercícios do teste seguiram os seguintes protocolos:

- a) Barra Fixa: Ao comando “Ligar” o militar salta e dependura-se na barra com ambas as mãos, de forma a ficar suspenso. A partir desta posição inicial, o sujeito deve flexionar os cotovelos de forma a passar o próprio queixo da linha horizontal da barra, retornando a seguir à posição inicial. O desempenho neste exercício é verificado através do número máximo de repetições corretas realizadas pelo militar.
- b) Meio-Sugado: Partindo da posição de “Sentido”(corpo ereto, pés unidos e mãos ao lado do corpo) o militar agacha-se colocando ambas as mão no solo, aproximadamente na largura dos ombros. Na sequência o sujeito lança os pés para a retaguarda de forma a ficar na posição inicial da realização de Flexões de Braços. Após tomar esta posição, o militar retorna para a posição agachado e depois para a posição de “Sentido”. O desempenho verificado é o número máximo de repetições possíveis que o militar realizar corretamente no prazo de 1 minuto.
- c) Corrida de 12 minutos: Este teste segue o protocolo do teste de Cooper de 12 minutos, onde o indivíduo dispõe deste tempo citado para percorrer a maior distância possível correndo, e, se necessário, caminhando. O percurso é demarcado a cada 100 metros, e quando a sirene de término de tempo é acionada, o sujeito avança até a próxima marcação.
- d) Flexão de Braço: O militar parte da posição de apoio com ambas as mãos no solo, aproximadamente separadas na largura dos ombros, estando os cotovelos estendidos. O tronco deve estar alinhado com os membros inferiores, estando estes apoiados no solo pelas pontas do pés. O exercício consiste em flexionar os cotovelos trazendo-os junto ao corpo até que o peito praticamente toque o solo, e, em, seguida, retornar à posição inicial. É permitido que o sujeito faça pausas durante a execução, porém sem desalinhar o corpo da trajetória do exercício. O desempenho é verificado

através do número máximo de repetições corretas que militar conseguir realizar.

- e) Abdominal Remador: O teste inicia com o militar deitado em decúbito dorsal com os joelhos estendidos, pernas unidas e os membros superiores alcançando o ponto mais distante possível da cabeça, como se o indivíduo estivesse com seus braços levantados. O exercício consiste no militar flexionar o tronco e também os joelhos de forma a passar a linha dos cotovelos da linha dos joelhos flexionados, como se o indivíduo fosse abraçar as próprias pernas ficando apenas com os glúteos e pés em contato com o solo. A repetição é completada quando o sujeito retorna à posição inicial. O desempenho é verificado através do número máximo possível de repetições realizadas corretamente pelo militar.

Como neste estudo os testados são recrutas, seus resultados são avaliados conforme a primeira faixa etária de avaliação (18 a 25 anos). A partir dos resultados obtidos em cada exercício de suficiência (Barra e Meio-Sugado) os sujeitos serão enquadrados como Insuficientes, Padrão Básico de Desempenho (PBD) ou Padrão Avançado de Desempenho (PAD). A 5ª Cia Com Bld é uma Organização Militar Operacional, assim o TFM objetiva o PAD (Enquanto as OM Administrativas - Quartéis-Generais, Colégios Militares, Hospitais Gerais - visam o PBD, e as OM Especiais - Forças Especiais, Pára-quedistas, Comandos, EsEFEx - visam o Padrão Especial de Desempenho - PED).

No teste do Meio-Sugado o militar precisa realizar 15 repetições para alcançar o PBD e 19 repetições para o PAD nesta faixa etária. No teste da Barra é necessário que o militar realize 6 repetições para ser considerado apto no PBD e 9 repetições para o PAD nesta faixa etária. No 1º TAF aplicado aos recrutas é previsto que os mesmos alcancem apenas o PBD, porém, neste trabalho, também será considerado o PAD para fins de comparações entre dificuldades. A PPM (não realizada na 5ª Cia Com Bld) tem também a característica apenas de “Suficiência”, sendo a mesma realizada somente no caso do PAD,

onde o militar da faixa etária considerada nesta monografia teria 8 minutos para completar a pista.

Se o militar avaliado alcançar o PBD nos dois exercícios de suficiência ele receberá uma menção de acordo com os resultados obtidos nos exercícios conceituadores: Corrida, Flexão de Braço e Abdominal. Se o PBD não for atingido em qualquer um dos exercícios, o militar receberá a menção final I (insuficiente). Já se o militar não alcançar o PAD, simplesmente será citada essa condição nos seus resultados.

Na Corrida de 12 minutos, que é um dos exercícios conceituadores, o recruta precisa obter os seguintes resultados para receber as correspondentes menções: 2.300m (R), 2.600m (B), 3.100m (MB) e 3.300m (E). Na Flexão de Braço a menção é atribuída conforme os seguintes resultados: 20 (R), 24 (B), 31 (MB) e 34 (E). O Abdominal Remador é conceituado conforme os seguintes desempenhos: 28 (R), 37 (B), 54 (MB) e 62 (E). O menor conceito que o militar obter nos três testes conceituadores será considerado como menção final. Desta forma descarta-se as outras duas menções obtidas.

3.3 ANÁLISE DOS DADOS

De posse dos resultados obtidos pelos 61 recrutas no TAF, é elaborada uma tabela onde consta todos os desempenhos observados em cada exercício do TAF, além da menção (conceito) correspondente a cada exercício, ou, se for o caso, a suficiência ou não no Padrão Básico de Desempenho (PBD) e no Padrão Avançado de Desempenho (PAD).

Em cada exercício é calculado o número de indivíduos (percentual) que obtiveram cada uma das menções, de forma a verificar se realmente há uma distribuição entre as diversas menções em proporções adequadas. Estes mesmos percentuais de cada exercício são então comparados com os outros exercícios de forma a verificar as diferenças de dificuldade entre os diversos exercícios. É também levantado o percentual de indivíduos que atingiram ou não o PBD e o PAD, para possibilitar comparações entre a dificuldade dos exercícios para a obtenção destes índices. Por fim os dados são

comparados com as menções finais alcançadas, de forma a evidenciar a participação de cada exercício na conceituação final atribuída pelo TAF.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Tabela 1 apresenta os resultados obtidos no exercício Meio-Sugado, assim como as classificações correspondentes às idades dos recrutas (18 e 19 anos). Estas idades pertencem a 1ª faixa etária do TAF, que compreende dos 18 aos 25 anos.

TABELA 1 – RESULTADOS OBTIDOS NO MEIO-SUGADO

Média	DP	Min-Max	Insuficiente		PBD		PAD	
			Ind	%	Ind	%	Ind	%
21,92	2,58	19 - 29	0	0	0	0	61	100,0

É óbvia a extrema facilidade apresentada neste teste. É necessário que o militar realize 19 repetições para alcançar o PAD, assim, todos os militares alcançaram este índice no teste.

Na Tabela 2 são apresentados os resultados do teste da Barra Fixa. Da mesma forma que o Meio-Sugado, este exercício é utilizado apenas para obter suficiência nos Padrões de Desempenho. Porém enquanto o Meio-Sugado é fácilimo, a Barra Fixa é extremamente difícil. No primeiro, a média dos recrutas testados é superior ao PAD e 100% dos indivíduos alcançaram este índice, enquanto no segundo, a média fica exatamente no valor mínimo do PBD. Apenas 18% dos indivíduos alcançaram o PAD no exercício da Barra e 38% foram considerados Insuficientes, desta forma, não importando os resultados nos outros 4 exercícios do TAF, estes militares obterão “I” como menção final no teste.

TABELA 2 – RESULTADOS OBTIDOS NA BARRA FIXA

Média	DP	Min-Max	Insuficiente		PBD		PAD	
			Ind	%	Ind	%	Ind	%
6,02	3,10	0 - 13	23	37,70	27	44,26	11	18,03

É importante lembrar que com a menção “I” no TAF o militar de carreira obtém um conceito baixo, retardando suas promoções, dificultando a sua movimentação entre as

unidades do Exército Brasileiro¹ e impedindo a realização de cursos, enquanto o militar temporário não conseguirá prorrogar o seu tempo de serviço².

A Tabela 3 aborda o primeiro exercício gerador de conceito, a Corrida de 12 minutos.

TABELA 3 – RESULTADOS OBTIDOS NA CORRIDA DE 12 MINUTOS

Média	DP	Min-Máx	Menção I		Menção R		Menção B		Menção MB		Menção E	
			Ind	%	Ind	%	Ind	%	Ind	%	Ind	%
2925	247,4	2200 - 3400	1	1,64	4	6,56	35	57,38	16	26,23	5	8,20

Verifica-se que parece muito coerente a distribuição de indivíduos pelas menções atribuídas pela Corrida. A idéia de classificação em qualquer teste não é de que todos os indivíduos da população estejam no nível excelente (a não ser que tenham treinado para isto), e sim somente uma pequena parte, que se encontre realmente em um nível superior. A maioria dos militares obtiveram a menção “B” e os demais alcançaram suas menções em proporções esperadas para este grupo bastante heterogêneo do ponto de vista de capacidades físicas.

Se as menções proporcionadas pela Corrida de 12 minutos do TAF forem comparadas com as categorias de condicionamento propostas por Cooper em 1982, para a faixa etária que compreende os 19 anos, é possível verificar que a dificuldade apresentada pela corrida do TAF é maior. No Gráfico 1 as menções do TAF (I, R, B, MB e E) correspondem respectivamente aos níveis de dificuldade Fraco, Médio, Bom, Excelente e Superior do teste proposto por Cooper.

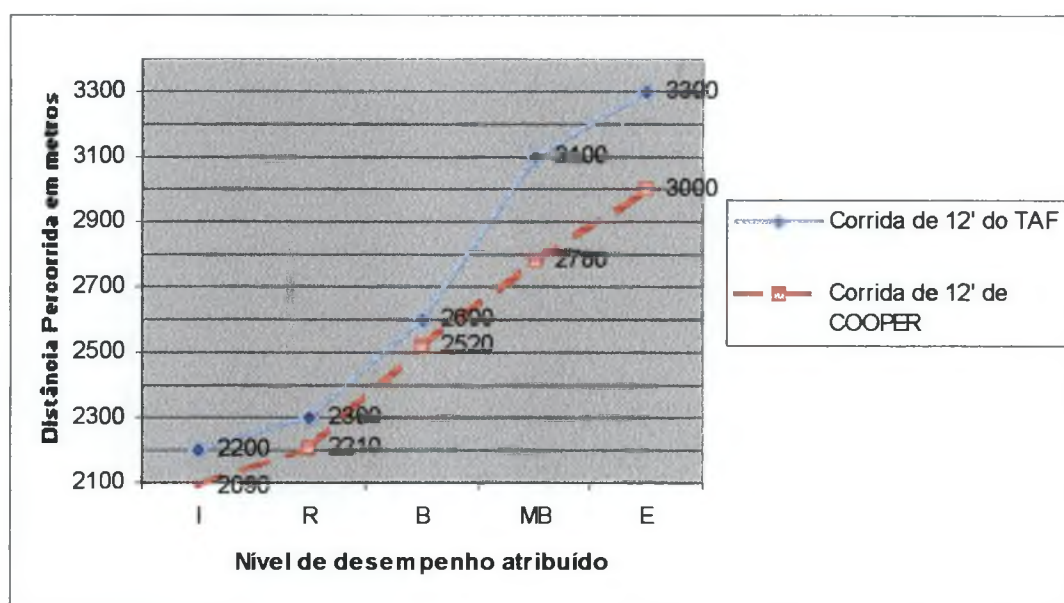
Enquanto Cooper relaciona a distância percorrida de 2780m a um desempenho excelente, é necessário que o militar percorra 3100m para obter a menção “MB”. O nível de performance mais alto no teste de Cooper é o Superior, no qual o indivíduo precisa

¹ O militar de carreira pode solicitar a sua transferência para outras Unidades do EB (com permanência mínima de 2 anos em cada Unidade). Quando este militar possui um conceito elevado é prontamente atendido, pois há interesse tanto da Unidade que o aceita como da Diretoria de Movimentação.

² O militar temporário necessita do concorde do Comandante da sua Unidade para renovar anualmente o contrato de serviço temporário. Para que o Comandante aprove esta renovação, além de outros quesitos, é necessário que o militar interessado apresente no mínimo o conceito “B” no TAF.

percorrer a distância de 3000m em 12 minutos. Esta distância no TAF é relacionada à menção “B” (2600 a 3099m), e para o militar alcançar a menção mais elevada neste exercício (“E”), é necessário que percorra 3300m nos 12 minutos de corrida.

GRÁFICO 1 – COMPARAÇÃO ENTRE AS CLASSIFICAÇÕES DE DESEMPENHO DO TAF COM AS CATEGORIAS DE CONDICIONAMENTO PROPOSTAS POR COOPER



Nas Tabelas 4 e 5 encontram-se os resultados obtidos nos exercícios de Flexão de Braço e Abdominal Remador. É notável que estes dois exercícios, que juntamente com a Corrida atribuem a menção final, são mais fáceis de se obter um desempenho elevado se comparados com esta. Enquanto na Corrida apenas 8% dos recrutas alcançaram a menção “E”, na Flexão de Braço 41% obtiveram este conceito, e, no Abdominal, este número passou para 61%.

TABELA 4 – RESULTADOS OBTIDOS NA FLEXÃO DE BRAÇO

Média	DP	Min-Máx	Menção I		Menção R		Menção B		Menção MB		Menção E	
			Ind	%	Ind	%	Ind	%	Ind	%	Ind	%
29,49	6,90	08 - 47	2	3,28	5	8,20	25	40,98	4	6,56	25	40,98

TABELA 5 – RESULTADOS OBTIDOS NO ABDOMINAL REMADOR

Média	DP	Min-Máx	Menção I		Menção R		Menção B		Menção MB		Menção E	
57,36	13,58	30 - 100	Ind	%	Ind	%	Ind	%	Ind	%	Ind	%
			0	0	2	3,28	19	31,15	3	4,92	37	60,66

Estes valores, para a classificação de desempenho, que foram levantados em estudo estatístico do Projeto TAF-84, não condizem com a atual realidade dos recrutas em 2003. Não é possível que uma população heterogênea e destreinada quanto ao TAF alcance tão facilmente a menção máxima de classificação para uma capacidade física na primeira vez que realiza o teste.

Este estudo foi feito com os recrutas, principalmente para que os testados não tivessem uma preparação específica conforme as suas deficiências quanto à dificuldade do TAF. Para os militares do EP (efetivo profissional), o TAF acaba não sendo utilizado para avaliar a qualidade do TFM, e sim, torna-se o motivo e direção desta preparação física. Em outras palavras, o TFM não é avaliado pelo TAF, mas é realizado em função do TAF. Desta forma, os militares do EP acabam por adquirir as condições físicas necessárias ao TAF. Assim surge uma nova pergunta: Será que estas capacidades físicas exigidas no TAF são adequadas ao militar do EB para que este possa desempenhar suas funções? Esta monografia não tem por objetivo responder a esta questão, visto que para isto teriam que ser levantadas quais as capacidades físicas necessárias ao militar para o cumprimento de suas missões, e compará-las com as capacidades avaliadas no atual TAF.

A Tabela 6 reporta os percentuais dos 61 recrutas testados em cada menção final e também aqueles que alcançaram o PBD (menção “R” nos exercícios conceituadores, mais a suficiência no Meio-Sugado e na Barra, conforme o Padrão Básico de Desempenho) e o PAD (menção “B” nos exercícios conceituadores, mais a suficiência no Meio-Sugado e na Barra, conforme o Padrão Avançado de Desempenho).

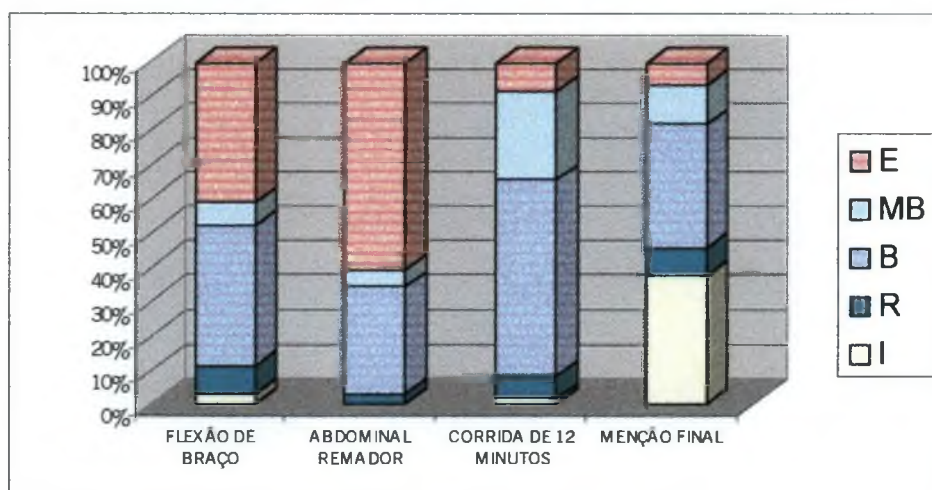
TABELA 6 – PERCENTUAIS DE MILITARES DISTRIBUÍDOS PELAS MENÇÕES FINAIS E PADRÕES DE DESEMPENHO ALCANÇADOS

Menção I		Menção R		Menção B		Menção MB		Menção E		PBD		PAD	
Ind	%	Ind	%	Ind	%	Ind	%	Ind	%	Ind	%	Ind	%
23	37,7	5	8,2	22	36,1	7	11,5	4	6,6	29	47,5	9	14,8

Nos exercícios conceituadores, 3% dos recrutas obtiveram a menção “I” na Flexão de Braço, 2% na corrida e nenhum no abdominal. Porém verificando-se a Tabela 6 nota-se que 38% dos testados receberam a menção final “I”. Isto ocorreu pelo fato de 38% dos recrutas não terem alcançado a suficiência (PBD) no exercício da Barra, e dentro deste grupo já se encontram aqueles militares que também obtiveram “I” nos exercícios conceituadores, pois eles também não realizaram o número mínimo de Barras.

Consolidando-se os exercícios conceituadores no Gráfico 2, verifica-se que a menção final é principalmente determinada pela Corrida, pois geralmente esta atribui a menor menção dos três exercícios conceituadores. Porém para que o militar receba esta menção, ele precisa alcançar no mínimo o PBD nos exercícios Meio-Sugado e Barra. Enquanto todos recrutas alcançaram o PAD no Meio-Sugado, 38% destes não alcançaram o PBD na Barra, recebendo, automaticamente, o “I” como menção final.

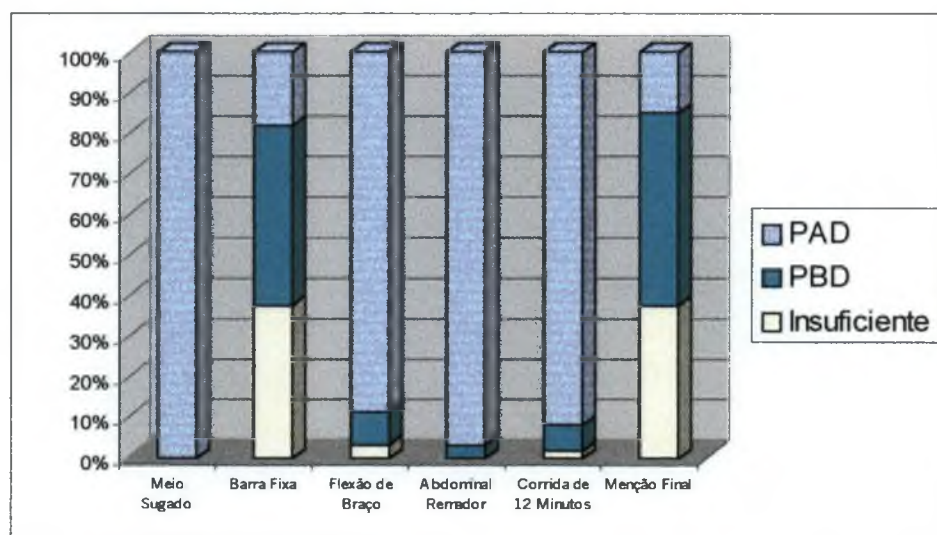
GRÁFICO 2 – COMPARAÇÃO ENTRE PERCENTUAIS DE MILITARES DE CADA EXERCÍCIO CONCEITUADOR



O Gráfico 3 confirma a realidade de que a Barra é o único exercício que realmente determina uma condição de suficiência, para que através dos exercícios conceituadores seja atribuída uma menção ao avaliado. Este exercício de Tração na Barra

Fixa é o mais difícil do TAF, visto que foi praticamente ele que atribuiu a menção “I” a 38% dos recrutas.

GRÁFICO 3 – PERCENTUAL DE MILITARES QUE ATINGIRAM CADA PADRÃO DE DESEMPENHO



O exercício da Barra também é o principal meio de classificar o desempenho de um militar como PBD ou PAD. Como nos exercícios conceituadores é necessário que o indivíduo obtenha a menção “R” para alcançar o PBD (apenas 5% dos recrutas não atingiram o “R” nestes exercícios) e a menção “B” para alcançar o PAD (apenas 16% dos recrutas não atingiram o “B” nestes exercícios), isto significa que 84% dos recrutas alcançaram o PAD e 95% o PBD nestes exercícios, pois para o militar obter o PAD certamente já está no PBD. Porém, na conceituação final, somente 15% dos militares testados atingiram o PAD e 48% dos mesmos ficaram no PBD, resultado da grande dificuldade do teste da Barra, onde apenas 44% dos testados alcançaram o PBD e 18% o PAD (3% destes caíram para o PBD devido a não terem alcançado a menção “B” em algum exercício conceituador).

Para os militares que alcançaram no mínimo o PBD na Barra foi atribuída a menor das menções alcançadas nos três exercícios conceituadores. Conforme o Gráfico 2,

e Tabelas 3, 4 e 5, geralmente esta menção se dá pelo desempenho obtido na corrida, que é o teste de maior dificuldade para se obter o “E” entre estes.

De forma a proporcionar uma visão mais ampla dos resultados, assim como, outras comparações possíveis, encontram-se em anexo, na íntegra, os resultados obtidos da aplicação do TAF aos recrutas da 5ª Cia Com Bld.

5. CONCLUSÃO

A Educação Física no Brasil sofreu grandes influências do Exército Brasileiro, sendo este o principal alicerce para o surgimento e organização da mesma no país. O próprio termo “militar” leva à imagem de um homem forte e resistente, isto é, dotado de um excelente preparo físico. Desta forma o Exército Brasileiro desde o seu surgimento se preocupou em manter os seus integrantes em ótimas condições físicas, de forma tal que os mesmos estivessem prontos a “marchar” para o combate caso este fosse necessário.

Esta preparação física no Exército Brasileiro, além de objetivar manter a tropa em níveis adequados de condicionamento físico, busca desenvolver as bases do Exército que são: a Hierarquia e a Disciplina. Assim, através do Treinamento Físico Militar é possível que os chefes exerçam a ação de comando e os subordinados os obedeçam prontamente.

O Treinamento Físico Militar é desenvolvido com base em manuais publicados pelo Estado Maior do Exército, e suas atividades são, na maioria, exercícios repetitivos, onde a tropa realiza movimentos preestabelecidos com perfeição.

Para avaliar o Treinamento Físico Militar o Exército utiliza-se do TAF (Teste de Avaliação Física), que de tempos em tempos sofre alterações tanto quanto aos exercícios utilizados no teste, como na estrutura de conceituação. O TAF que é atualmente aplicado surgiu da pesquisa procedida pelo Projeto TAF-84. É muito difícil mudar algo dentro do Exército, devido ao extremo tradicionalismo presente no mesmo. Frequentemente ouve-se: “no EB nada se cria, tudo se copia”, e quem tentar mudar algo, também certamente ouvirá: “inventor começa com I e termina com R, nunca chegando ao MB”¹.

O TAF tem como objetivos: verificar o nível de condicionamento físico da tropa e atribuir um conceito ao militar, que será então utilizado para a quantificação do mérito

¹ Nesta frase amplamente divulgada no EB são utilizadas as menções atribuídas no TAF (I, R, B, MB e E). Seu conteúdo exprime que os procedimentos atuais no Exército não precisam evoluir, pois quem quiser inovar algo, nunca alcançará um resultado melhor daquele que já está previsto.

do mesmo. Por este motivo, o TAF deve ser um procedimento justo, que possa conceituar adequadamente o condicionamento físico dos militares.

Para a avaliação do TAF, este foi aplicado aos 61 recrutas da 5ª Companhia de Comunicações Blindada em Curitiba, que não se encontravam em situação de dispensa médica, no início do mês de maio de 2003. Da análise dos resultados obtidos verificou-se que existe uma grande disparidade entre a dificuldade apresentada pelos cinco exercícios aplicados no teste. Os dois primeiros exercícios aplicados, o Meio-Sugado e a Barra, não atribuem conceito ao militar, mas exigem uma suficiência (Padrão Básico de Desempenho) para que o testado possa receber a menção atribuída pelos exercícios conceituadores. Enquanto o Meio-Sugado é extremamente fácil, pois todos os recrutas alcançaram o melhor desempenho possível neste exercício, a Barra determinou que 38% dos testados fossem Insuficientes no TAF. Deste forma, o único exercício que realmente exige uma determinada suficiência do militar é a Barra, sendo o Meio-Sugado um teste desnecessário para a avaliação do desempenho físico desta população da forma em que ele é realizado.

Para os militares que foram aptos no teste da Barra, praticamente é o teste da Corrida de 12 minutos quem determinará a menção final no TAF, pois a Flexão de Braço e o Abdominal são testes em que, da forma que são estruturados, facilmente os militares alcançam uma menção elevada de desempenho.

Embora as menções atribuídas pela Corrida de 12 minutos sejam de maior dificuldade daquelas propostas pelo teste de Cooper para a mesma faixa etária, houve uma boa distribuição dos militares pelas menções do teste aplicado, de forma a realmente avaliar os níveis de capacidades físicas necessários à Corrida.

Para uma correta classificação dos desempenhos da Flexão de Braço e do Abdominal, é necessário aumentar a dificuldade destes exercícios para que o militar alcance menções elevadas, caso contrário, o conceito do TAF será praticamente atribuído pela Corrida. Desta forma, as capacidades físicas exigidas na Corrida serão beneficiadas,

enquanto as capacidades exigidas na Flexão de Braço, no Abdominal, e até mesmo na Barra (por esta não atribuir conceito) serão prejudicadas.

Da forma com que está estruturada a conceituação do TAF, não é dada somente prioridade às capacidades envolvidas na corrida (conforme foi previsto no C 20-20 de 1981, pois o teste da corrida além de testar os membros inferiores, objetiva verificar as condições orgânicas do combatente), e sim, estas são geralmente as únicas capacidades que realmente conceituam o desempenho físico do militar.

A estrutura de conceituação do TAF apenas conceitua pela capacidade física em que o indivíduo tem o pior desempenho, não levando em consideração as suas melhores qualidades. Assim, cada exercício deveria atribuir uma determinada pontuação para um determinado desempenho, de forma a todos os exercícios aplicados, contabilizarem qual o conceito final merecido pelos níveis de aptidão física apresentados pelo militar.

REFERÊNCIAS

- BRASIL, Estado-Maior do Exército, **C 20-20 Treinamento Físico Militar**, 1990.
- BRASIL, Estado-Maior do Exército, **C 20-20 Treinamento Físico Militar**, 2º Volume, 1ª Edição, 1981.
- BRASIL, Estado-Maior do Exército, **C 20-20 Treinamento Físico Militar**, 3ª Edição, 2002.
- BRASIL, Estado-Maior do Exército, **C 21-20 Treinamento Físico Militar**, 2ª Edição, 1974.
- BRASIL, Estado-Maior do Exército, **Diretriz para o Treinamento Físico Militar e sua Avaliação**, 1997.
- BRASIL, Estado-Maior do Exército, **O Treinamento Físico e sua Avaliação**, 1986.
- INSTITUTO DE PESQUISA DA CAPACITAÇÃO FÍSICA DO EXÉRCITO, **Projeto TAF 2001 - Aptidão Física e Risco de Doença Cardíaca Coronariana no Exército Brasileiro**, CCFEx, 2001.
- MARINS J. B. & GIANNICHI R. S., **Avaliação e Prescrição de Atividade Física**, Ed. Shape, 1996.
- MEDINA, J. P. S., **A Educação Física cuida do corpo e “mente”**, Ed. Papirus, 14ª Edição, Campinas, SP, 1996.
- REVISTA DE EDUCAÇÃO FÍSICA – EsEFEx, **A Criação da Escola de Educação Física do Exército**, Rio de Janeiro: v.2, n. 12, p. 2, 1933.
- SAMPAIO, M., **Revista de Educação Física – EsEFEx, A Educação Física e a Guerra Moderna**, Rio de Janeiro: v. 10, n. 55, p. 27, 1955.
- SOEIRO, Renato S. P., **A Contribuição da Escola de Educação Física do Exército para o Esporte Nacional: 1933 A 2000**, Programa de Pós-graduação em Ciência da Motricidade Humana da UCB, Dissertação de Mestrado, Rio de Janeiro, RJ, abril de 2003.

ANEXO – RESULTADOS OBTIDOS NO TAF

Id	MEIO-SUGADO	P B D	P A D	BARRA	P B D	P A D	FLEXÃO	M E N Ç A O	ABDOMINAL	M E N Ç A O	CORRIDA	M E N Ç A O	P B D	P A D	Menção Final
01	19	S	S	7	S	N	30	B	100	E	2700	B	S	N	B
02	20	S	S	12	S	S	47	E	80	E	2700	B	S	S	B
03	24	S	S	8	S	N	25	B	62	E	3200	MB	S	N	B
04	25	S	S	6	S	N	20	R	64	E	2800	B	S	N	R
05	28	S	S	5	N	N	25	B	54	MB	3100	MB	N	N	I
06	20	S	S	2	N	N	35	E	50	B	2500	R	N	N	I
07	24	S	S	5	N	N	24	B	36	R	2700	B	N	N	I
08	19	S	S	2	N	N	8	I	42	B	2900	B	N	N	I
09	19	S	S	8	S	N	34	E	62	E	3100	MB	S	N	MB
10	23	S	S	4	N	N	24	B	64	E	2900	B	N	N	I
11	24	S	S	7	S	N	24	B	66	E	2700	B	S	N	B
12	23	S	S	10	S	S	31	MB	64	E	3000	B	S	S	B
13	19	S	S	8	S	N	25	B	40	B	2700	B	S	N	B
14	23	S	S	6	S	N	21	R	40	B	3200	MB	S	N	R
15	23	S	S	12	S	S	43	E	70	E	3400	E	S	S	E
16	20	S	S	4	N	N	20	R	37	B	2500	R	N	N	I
17	19	S	S	6	S	N	24	B	40	B	2800	B	S	N	B
18	23	S	S	4	N	N	26	B	70	E	2900	B	N	N	I
19	20	S	S	7	S	N	26	B	38	B	2800	B	S	N	B
20	24	S	S	6	S	N	32	MB	55	MB	3000	B	S	N	B
21	24	S	S	6	S	N	34	E	63	E	2800	B	S	N	B
22	19	S	S	2	N	N	30	B	43	B	2700	B	N	N	I
23	19	S	S	7	S	N	34	E	46	B	2900	B	S	N	B
24	24	S	S	4	N	N	30	B	72	E	3200	MB	N	N	I
25	24	S	S	10	S	S	32	MB	30	R	3200	MB	S	N	R
26	20	S	S	7	S	N	23	R	39	B	2500	R	S	N	R
27	23	S	S	5	N	N	27	B	37	B	2700	B	N	N	I
28	20	S	S	9	S	S	25	B	64	E	3000	B	S	S	B
29	23	S	S	9	S	S	35	E	64	E	3100	MB	S	S	MB
30	25	S	S	2	N	N	30	B	72	E	2900	B	N	N	I
31	20	S	S	13	S	S	37	E	66	E	3200	MB	S	S	MB
32	24	S	S	3	N	N	28	B	65	E	2700	B	N	N	I
33	29	S	S	6	S	N	36	E	64	E	3300	E	S	N	E
34	19	S	S	8	S	N	34	E	64	E	2900	B	S	N	B
35	24	S	S	7	S	N	34	E	62	E	2900	B	S	N	B
36	20	S	S	5	N	N	24	B	46	B	3000	B	N	N	I
37	20	S	S	1	N	N	12	I	49	B	2500	R	N	N	I
38	25	S	S	4	N	N	37	E	70	E	3200	MB	N	N	I
39	20	S	S	2	N	N	27	B	70	E	2900	B	N	N	I
40	20	S	S	2	N	N	25	B	42	B	2800	B	N	N	I
41	25	S	S	10	S	S	34	E	65	E	3400	E	S	S	E
42	25	S	S	10	S	S	34	E	65	E	2900	B	S	S	B
43	25	S	S	1	N	N	34	E	80	E	3200	MB	N	N	I
44	25	S	S	7	S	N	40	E	62	E	3000	B	S	N	B
45	27	S	S	9	S	S	24	B	62	E	3200	MB	S	S	MB
46	20	S	S	6	S	N	26	B	45	B	2800	B	S	N	B
47	25	S	S	6	S	N	34	E	62	E	3300	E	S	N	E
48	20	S	S	1	N	N	21	B	40	B	2800	B	N	N	I
49	20	S	S	7	S	N	30	B	65	E	2800	B	S	N	B
50	20	S	S	8	S	N	36	E	62	E	3000	B	S	N	B
51	20	S	S	13	S	S	21	R	40	B	2800	B	S	N	R
52	24	S	S	8	S	N	34	E	63	E	2700	B	S	N	B
53	20	S	S	5	N	N	34	E	62	E	2800	B	N	N	I
54	20	S	S	2	N	N	34	E	65	E	3300	E	N	N	I
55	20	S	S	7	S	N	35	E	62	E	3100	MB	S	N	MB
56	20	S	S	6	S	N	34	E	52	B	2700	B	S	N	B
57	20	S	S	1	N	N	39	E	62	E	3100	MB	N	N	I
58	20	S	S	0	N	N	25	B	37	B	2200	I	N	N	I
59	20	S	S	7	S	N	32	MB	54	MB	3100	MB	S	N	MB
60	20	S	S	6	S	N	34	E	62	E	3100	MB	S	N	MB
61	20	S	S	6	S	N	26	B	70	E	3100	MB	S	N	B